

LE MONDE EN MARCHÉ

NIVEAU 1 (À PARTIR DE LA 5^E ANNÉE)

Les aliments ultra- transformés

Unité
Gratuite

Inclus :

- Un reportage
- Activités
- Interrogation

Abonnez-vous et recevez
3 reportages supplémentaires,
les corrigés, et plus

Reportage	page 5
Questions	page 7
Caricature	page 10
Infographie	page 11
Méli-mélo	page 13

REPORTAGE GRATUIT
2025/2026 : NUMÉRO 6



LE MONDE EN MARCHÉ

LE MONDE EN MARCHÉ

Niveau 1, 2025/2026 : numéro 6

ÉDITEUR

Eric Wiczorek

ILLUSTRATEUR

Mike Deas

COLLABORATRICES

Krista Clarke

Rosa Harris

Catriona Misfeldt

Erin Thomas

LE MONDE EN MARCHÉ © est publié huit fois au cours de l'année scolaire par :

LesPlan Educational Services Ltd.



#1 - 4144 Wilkinson Road
Victoria, C.-B. V8Z 5A7
www.lesplan.com
info@lesplan.com

TÉLÉPHONE : (sans frais) 888.240.2212

TÉLÉCOPIEUR : (sans frais) 888.240.2246

ABONNEZ-VOUS à LE MONDE EN MARCHÉ © au prix de 28,75 \$ par numéro.

DROITS D'AUTEUR

Ce matériel est couvert par les droits d'auteur. Les abonnés ont la permission de photocopier chaque numéro pour l'usage de l'ensemble des élèves et des enseignants d'une même école. De plus, les abonnés doivent veiller à ce que ce matériel ne puisse pas être consulté/utilisé par qui que ce soit en dehors de leur école.

EXEMPLAIRE GRATUIT :

Contactez-nous si vous souhaitez recevoir un exemplaire gratuit de nos autres publications ou si vous souhaitez qu'il soit envoyé à un ou une de vos collègues.

HAY'SXW'QA!

Nous sommes reconnaissants envers les peuples Lkwungen ainsi que les nations Songhees et Esquimalt, sur les territoires traditionnels non cédés desquels nous vivons et travaillons présentement.

N'hésitez pas à nous faire parvenir vos commentaires ou vos suggestions.

ÉNONCÉ DE MISSION

LesPlan Educational Services Ltd. vise à aider les enseignantes et enseignants à développer la compréhension et les aptitudes des élèves afin qu'ils puissent faire une évaluation critique des grands enjeux et événements de l'actualité en leur fournissant des ressources prêtes à l'emploi de grande qualité et à jour, le tout pour un prix abordable.



Je raffole de votre ressource!

Le Monde en Marche est devenu une ressource de base dans ma classe. Mes élèves sont très motivés par la variété d'activités et par le fait qu'ils arrivent à bien comprendre le langage.

A. Normand, enseignante de 7^e et 8^e année,

Peterborough, Ont.



OBTENEZ GRATUITEMENT NOS NOUVELLES DE DERNIÈRE HEURE OFFERTES EN LIGNE

Les reportages et le matériel d'accompagnement de la série Nouvelles de dernière heure sont affichés à www.lesplan.com/fr
Téléchargez-en autant que vous voulez!





CE QUE VOUS MANQUEZ



NATION

L'INDUSTRIE AUTOMOBILE DU CANADA



Une annonce a retenu toute l'attention de l'industrie automobile canadienne. Au début du mois de février, le gouvernement fédéral a déclaré qu'il resserrerait les normes d'émissions de gaz à effet de serre pour les véhicules neufs produits entre 2027 et 2032 . . .

Abonnez-vous pour recevoir l'article complet. www.lesplan.com/fr



MONDE

MANIFESTATIONS CONTRE L'ICE



La ville de Minneapolis, au Minnesota, a fait la une des journaux internationaux en janvier après que des agents fédéraux y ont abattu deux citoyens américains. Les morts, Renée Good et Alex Pretti, participaient à des manifestations. Ils protestaient . . .

Abonnez-vous pour recevoir l'article complet. www.lesplan.com/fr



MONDE

ARTEMIS II VISE LA LUNE



Gardez les yeux rivés sur le ciel début avril et, si vous êtes au bon endroit, vous aurez peut-être la chance d'assister à un événement historique. Pourquoi? Parce que c'est la nouvelle fenêtre prévue par la NASA pour envoyer des astronautes dans une mission lunaire . . .

Abonnez-vous pour recevoir l'article complet. (888) 240-2246

* ABONNEZ-VOUS & RECEVEZ LE TOUT *

Avec un abonnement, vous recevrez **huit numéros complets**. Chacun comprend **quatre reportages**, une **caricature politique**, une activité **Image aux nouvelles**, des **cartes**, des **questions**, des **interrogations** et des **corrigés** - tout ce dont vous avez besoin pour aider vos élèves à comprendre les événements et les enjeux canadiens et internationaux actuels.

« Les activités sont intéressantes et accessibles, mais présentent également des défis. Le journal est bien fait sous tous ses angles! »

- A. Beaumier, Prince Albert, SK.

« J'aime beaucoup les unités *Le Monde en Marche*. La qualité du français est impeccable. »

- J. Lafrance-Coon, Sherwood Park, AB



LES RISQUES DES ALIMENTS ULTRATRANSFORMÉS

—POURQUOI ÉVITER LES COLORANTS ET LES AGENTS DE CONSERVATION?

AVANT LA LECTURE

1. Demandez aux élèves de sortir une feuille de papier et un crayon. Donnez-leur quelques minutes pour noter ce qu'ils ont mangé hier.

2. Écrivez ensuite « Échelle de classification des aliments Nova » au tableau. Expliquez qu'il s'agit d'un système qui permet de classer les aliments en quatre groupes. Écrivez ces groupes au tableau :

Groupe 1 - Aliments non transformés ou peu transformés.

Groupe 2 - Ingrédients culinaires transformés.

Groupe 3 - Aliments transformés.

Groupe 4 - Aliments ultratransformés.

3. Demandez aux élèves de revoir ce qu'ils ont noté et demandez-leur d'attribuer un numéro de groupe à chacun de leurs aliments.

N.B. Suggérez-leur de commencer par les groupes 1 ou 4, car ce sont probablement les plus faciles à identifier. Vous pouvez choisir de partager leurs exemples des groupes 1 et 4 avant de passer aux groupes 2 et 3.

Le groupe 1 comprend les graines, les légumes, le poisson et les œufs.

Le groupe 4 comprend les aliments pauvres en fibres et riches en sucre, en sel et en graisses, tels que les croustilles, les boissons gazeuses, les barres granola, etc. La plupart sont des collations.

4. En fonction de vos observations de la classe, vous devrez peut-être fournir les définitions des groupes 2 et 3.

Le groupe 2 comprend les additifs alimentaires qui rendent les aliments plus savoureux, tels que le beurre, le sucre et l'huile d'olive.

Le groupe 3 désigne les aliments en conserve, les aliments marinés ou salés, tels que les cornichons, les tomates en conserve et les viandes salées.

5. Une fois que les élèves auront numéroté tous leurs aliments, demandez-leur de compter le nombre d'aliments qu'ils ont notés au total. Demandez-leur ensuite de compter le nombre d'aliments dans chaque groupe. Discutez des observations des élèves avec toute la classe.

6. Enfin, invitez les élèves à établir un objectif de lecture, en se référant à la page ressource **Établir un objectif avant la lecture**.





LES RISQUES DES ALIMENTS ULTRATRANSFORMÉS

—POURQUOI ÉVITER LES COLORANTS ET LES AGENTS DE CONSERVATION?



Avez-vous mangé des AUT cette semaine? Probablement. Ils sont partout. Boissons gazeuses. Hot dogs. Pain. Nouilles instantanées.

En fait, en 2025, Cœur et AVC Canada a publié une étude qui indique que les AUT, ou aliments et boissons ultratransformés, représentent environ 43 pour cent de l'apport calorique quotidien des Canadiens adultes.

Le problème? Selon l'étude, les AUT ont aussi contribué à 37 pour cent des nouveaux cas de maladies cardiaques et d'accidents vasculaires cérébraux et à 38 pour cent des décès liés aux maladies cardiaques.

« Compte tenu du fardeau considérable que représentent les maladies cardiaques et les accidents vasculaires cérébraux pour la société canadienne, nous avons un besoin urgent de politiques [...] visant à réduire la consommation », a dit le Dr Jean-Claude Moubarac, qui a dirigé l'étude.

PRODUITS CHIMIQUES AU MENU

Que sont exactement les AUT? Il n'existe pas de définition consensuelle mais celle qui est couramment

utilisée stipule qu'ils ont plus de cinq ingrédients que l'on ne trouve généralement pas à la maison. Il s'agit notamment d'**émulsifiants**, d'**agent de conservation**, d'additifs, de colorants et d'édulcorants.

Ils diffèrent des aliments tels que les œufs et les pommes, que l'on mange généralement tels qu'ils se trouvent dans la nature. Souvent, les AUT ne sont même pas des aliments complets à l'origine. Ils peuvent être fabriqués à partir d'éléments tels que des sucres, des huiles, des graisses et des protéines isolées. Les fabricants ajoutent également d'autres substances, telles que des colorants, des arômes et des agents de conservation artificiels.

Imaginez qu'on mélange tout cela dans un mélangeur, puis qu'on le fasse durcir dans des moules. Voilà : des céréales pour le déjeuner. Ou des croquettes de poulet. Ou des croustilles. C'est ce que Michael Pollan, écrivain spécialisé dans l'alimentation, appelle des « substances comestibles qui ressemblent à des aliments ».

Le Secrétariat américain aux produits alimentaires et pharmaceutiques [Food and Drug Administration (USFDA)] estime que 70 pour cent des produits

emballés dans l'approvisionnement alimentaire américain sont des AUT.

On les retrouve même dans les aliments pour bébés et jeunes enfants. Une étude récente publiée dans la revue *Nutrients* a révélé que plus de 70 pour cent de ces aliments sont ultratransformés. Cela est alarmant, car l'estomac des bébés ne peut pas gérer les additifs comme le fait l'estomac d'un adulte.

« L'ingrédient principal [...] n'était pas un fruit ou un légume, mais un ou plusieurs additifs », a dit la co-auteure de l'étude, la Dr^e Elizabeth Dunford.

PETITE HISTORIQUE DES AUT

Les AUT n'ont pas toujours existé. Avant les années 1900, la plupart des aliments étaient... des aliments. Parmi les premiers AUT, il y avait le Coca-Cola (1886) et le Jello (1897). Puis sont apparus le shortening végétal Crisco, le Spam, le fromage Velveeta, le macaroni au fromage Kraft et les Oreos.

La liste s'est allongée pendant la Seconde Guerre mondiale (1939-1945). Les soldats en déplacement avaient besoin d'aliments faciles à transporter,

DÉFINITIONS

ÉMULSIFIANT : ingrédient « auxiliaire » spécial qui empêche la séparation de substances qui ne se mélangent généralement pas, comme l'huile et l'eau
AGENT DE CONSERVATION : substance ajoutée aux aliments, boissons ou produits pour les conserver plus longtemps

stables et faciles à préparer. Les fromages en poudre, les pommes de terre **déshydratées** et les conserves de viande répondaient à ces critères. Les scientifiques y ont ajouté des agents de conservation, des arômes et des vitamines.

Puis, alors que de plus en plus de femmes entraient sur le marché du travail, la commodité est devenue importante. À partir des années 1970, l'utilisation d'AUT a explosé. Le maïs et le blé ont été transformés en sirop de maïs à haute teneur en fructose, en huile végétale et en amidon modifié. Les publicités affirmaient même que les AUT étaient meilleurs pour la santé.

L'économie mondiale y a également contribué. Aujourd'hui, les aliments proviennent du monde entier. Les AUT se transportent mieux et se conservent plus longtemps que la plupart des aliments frais. Ils sont aussi souvent plus abordables que les aliments frais.

UNE NOUVELLE APPROCHE DE L'ALIMENTATION

Mais ce que nous savons sur les aliments évolue. Par exemple, en 2018, le chercheur en nutrition Kevin Hall a mené une étude pour les National Institutes of Health (NIH) [Instituts nationaux de la santé] des États-Unis. Pendant deux semaines, dix adultes ont mangé principalement des AUT. Dix autres ont mangé des aliments sans AUT. Les deux régimes alimentaires contenaient à peu près le même nombre de calories, de **glucides**, de protéines et de graisses. Ensuite, les groupes ont changé.

Au cours des deux premières semaines, les participants du groupe des AUT ont pris en moyenne environ un kilo. Ils ont consommé environ 500 calories de plus par jour que le groupe de contrôle.

DÉFINITIONS

DÉSHYDRATER : retirer l'eau pour conserver une chose, sécher
GLUCIDES : source principale d'énergie pour notre corps, présents dans les fruits, les légumes et les céréales

L'ÉCHELLE DE CLASSIFICATION NOVA

L'En 2009, le Centre d'études épidémiologiques en santé et nutrition du Brésil a publié une étude. Carlos Monteiro, professeur à l'université de São Paulo, a remarqué que les gens achetaient moins de sucre, mais que l'obésité et le **diabète de type 2** étaient en augmentation. La consommation de sucre avait augmenté parce que les gens achetaient davantage d'aliments prêts à consommer contenant du sucre ajouté. Il a donc contribué à la création d'un système appelé « échelle de classification alimentaire Nova ».

Cette échelle comprend quatre groupes. Le premier groupe comprend les aliments non transformés ou peu transformés, tels que les graines, les légumes, le poisson et les œufs. Le deuxième groupe comprend les « ingrédients culinaires transformés », tels que le beurre, le sucre et l'huile d'olive, utilisés en petites quantités pour rendre les aliments du premier groupe plus savoureux.

Les aliments transformés constituent le groupe trois : des aliments qui ont été conservés, marinés, salés, etc. Il s'agit par exemple des cornichons, des tomates en conserve et des viandes salées. Le groupe quatre comprend les aliments et les boissons ultratransformés. Ceux-ci ont tendance à être pauvres en fibres et riches en sucre, en sel et en graisses. Ils encouragent le grignotage et « [remplacent souvent] les repas et les plats frais préparés régulièrement ».

C'est l'équivalent d'un hamburger au fromage d'un quart de livre. Ils avaient aussi des taux plus élevés d'hormones qui déclenchent la faim. Lorsque les groupes ont échangé leurs régimes alimentaires, le deuxième groupe a pris le même poids.

HABITUDES RISQUÉES

Les AUT ne rassasient pas les gens. En fait, ils donnent envie aux consommateurs d'en manger davantage. De nombreuses études établissent un lien entre les AUT et une mauvaise santé (maladies cardiaques, cancer, obésité et troubles cérébraux). Les agents épaississants et les émulsifiants tels que le polysorbate 80, le carraghénane, le xanthane et la gomme de guar augmentent le risque de diabète de type 2. Les colorants alimentaires ont été associés à des troubles du comportement.

Il suffit de peu. Consommer seulement 10 pour cent de calories supplémentaires par jour provenant d'AUT (environ une portion) peut

entraîner une augmentation de 50 pour cent du risque de décès par maladie cardiaque. La bonne nouvelle? L'inverse est également vrai. Consommer 10 pour cent d'AUT en moins peut réduire le risque pour la santé.

CONSEILS D'EXPERTS

Voici quelques conseils pour vous aider à accomplir cela. Préparez vos repas à la maison et faites vos propres gâteries telles que des muffins et des croustilles, en utilisant moins d'AUT. Lisez les listes d'ingrédients. Évitez les aliments dont les ingrédients sont imprononçables et méconnaissables.

Si les produits frais sont trop chers, choisissez des variétés surgelées ou en conserve. Achetez du pain complet plutôt que du pain blanc. Buvez de l'eau plutôt que des boissons sucrées.

Éviter tous les AUT n'est probablement pas réaliste. Néanmoins, savoir ce qui est dans notre nourriture nous aide à consommer les nutriments dont on a besoin, sous leur forme la plus saine. ★



LES RISQUES DES ALIMENTS ULTRATRANSFORMÉS

—POURQUOI ÉVITER LES COLORANTS ET LES AGENTS DE CONSERVATION?

QUESTIONS DE COMPRÉHENSION

1. Que sont les AUT? Donne des explications.

2. Qu'indique une étude de Cœur et AVC Canada de 2025 sur la quantité d'AUT consommés par les Canadiens?

3. Explique pourquoi de nombreux professionnels de la santé disent que les AUT sont nocifs.

4. Pourquoi avait-on besoin de ces types d'aliments pendant la Seconde Guerre mondiale?

5. Décris ce qui s'est passé au cours des décennies qui ont suivi la fin de la guerre. Pourquoi la commodité était-elle importante?

6. Décris ce qu'a découvert le professeur Carlos Monteiro sur le sucre et sur diverses maladies.

7. Décris ce qu'a découvert le professeur Carlos Monteiro sur l'augmentation de consommation de sucre.

8. Quelle échelle de classification des aliments a-t-il créée? Décris les groupes qui composent cette échelle.



LES RISQUES DES ALIMENTS ULTRATRANSFORMÉS

—POURQUOI ÉVITER LES COLORANTS ET LES AGENTS DE CONSERVATION?

QUESTIONS POUR ALLER PLUS LOIN

1. Le reportage cite le Dr Jean-Claude Moubarac, qui a dirigé une étude qui démontre les effets néfastes des AUT sur les maladies cardiaques et les accidents vasculaires cérébraux : « *Compte tenu du fardeau considérable que représentent les maladies cardiaques et les accidents vasculaires cérébraux pour la société canadienne, nous avons un besoin urgent de politiques [...] visant à réduire la consommation* ».

Selon toi, quels types de politiques le gouvernement du Canada pourrait-il mettre en place pour appuyer la conclusion du Dr Moubarac? Donne des exemples pour appuyer ta réponse.

2. Nombre d'aliments ultratransformés que nous consommons contiennent des additifs et des agents de conservation qui prolongent leur durée de conservation et les rendent plus pratiques car ils ne se détériorent pas rapidement. À ton avis, comment pouvons-nous changer nos habitudes afin d'inclure davantage d'aliments naturels dans notre alimentation? Donne des exemples pour appuyer ta réponse.

3. Beaucoup de gens ignorent que les aliments qui contiennent des ingrédients « sains » tels que des céréales complètes, des noix et des fruits peuvent également contenir un certain nombre d'ingrédients nocifs pour la santé, tels que du sucre, des graisses saturées et du sel. À ton avis, comment les étiquettes des produits pourraient-elles être modifiées afin de mieux informer les consommateurs sur leurs ingrédients? Donne des exemples pour appuyer tes idées



LES RISQUES DES ALIMENTS ULTRATRANSFORMÉS

—POURQUOI ÉVITER LES COLORANTS ET LES AGENTS DE CONSERVATION?

QUESTIONS À EXPLORER EN LIGNE

Nota : Les liens ci-dessous sont fournis à <https://www.lesplan.com/fr/links> afin d'en faciliter l'accès.

1. Apprends-en davantage sur les aliments ultratransformés et sur le fait qu'ils sont devenus si répandus dans notre alimentation :

<https://www.youtube.com/watch?v=WIV2ATbCoUk> [13:16]

<https://www.youtube.com/watch?v=CECnIMoVxII> [11:20] [en anglais]

Énumère trois faits que tu as appris.

2. Apprends-en davantage sur l'échelle de classification des aliments NOVA :

<https://lemoulin.fr/blog/aliments-ultra-transformes-explications/>

<https://www.yalemedicine.org/news/ultraprocessed-foods-bad-for-you> [en anglais]

Quelles questions te poses-tu?

3. De nombreux aliments ultratransformés ont des propriétés addictives qui les rendent difficiles à résister :

<https://ici.radio-canada.ca/ohdio/premiere/emissions/moteur-de-recherche/segments/chronique/445337/aliments-ultratransformes-malbouffe-dependance-sante> [12:00] [balado]

https://www.youtube.com/watch?v=J_o3EXyhYS8 [9:24] [en anglais]

Que trouves-tu intéressant à propos de cette information?

4. Apprends-en davantage sur les effets nocifs que peuvent avoir les aliments ultratransformés sur notre santé :

<https://www.youtube.com/watch?v=Bk3ElgyYJAM> [4:57]

<https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/2164805/recherche-produits-ultra-transformes-sante?depuisRecherche=true>

<https://www.youtube.com/watch?v=wIhbYA5QLEw> [6:42] [en anglais]

https://www.youtube.com/watch?v=9Vrp_MglwZI [4:31] [en anglais]

Donne trois raisons pour lesquelles nous devrions éviter les aliments ultratransformés.

5. Le gouvernement du Canada explique les bienfaits qu'il y a à limiter les aliments ultratransformés dans notre régime alimentaire :

<https://guide-alimentaire.canada.ca/fr/recommandations-en-matiere-d'alimentation-saine/limitez-consommation-aliments-hautement-transformes/>

Quelles questions te poses-tu?

6. Explore ces conseils pour réduire ta consommation d'aliments ultratransformés :

<https://www.coeuretavc.ca/articles/les-aliments-ultra-transformes-et-les-moyens-de-les-eviter>

<https://www.youtube.com/watch?v=2gEgTjDngM8> [2:21] [en anglais]

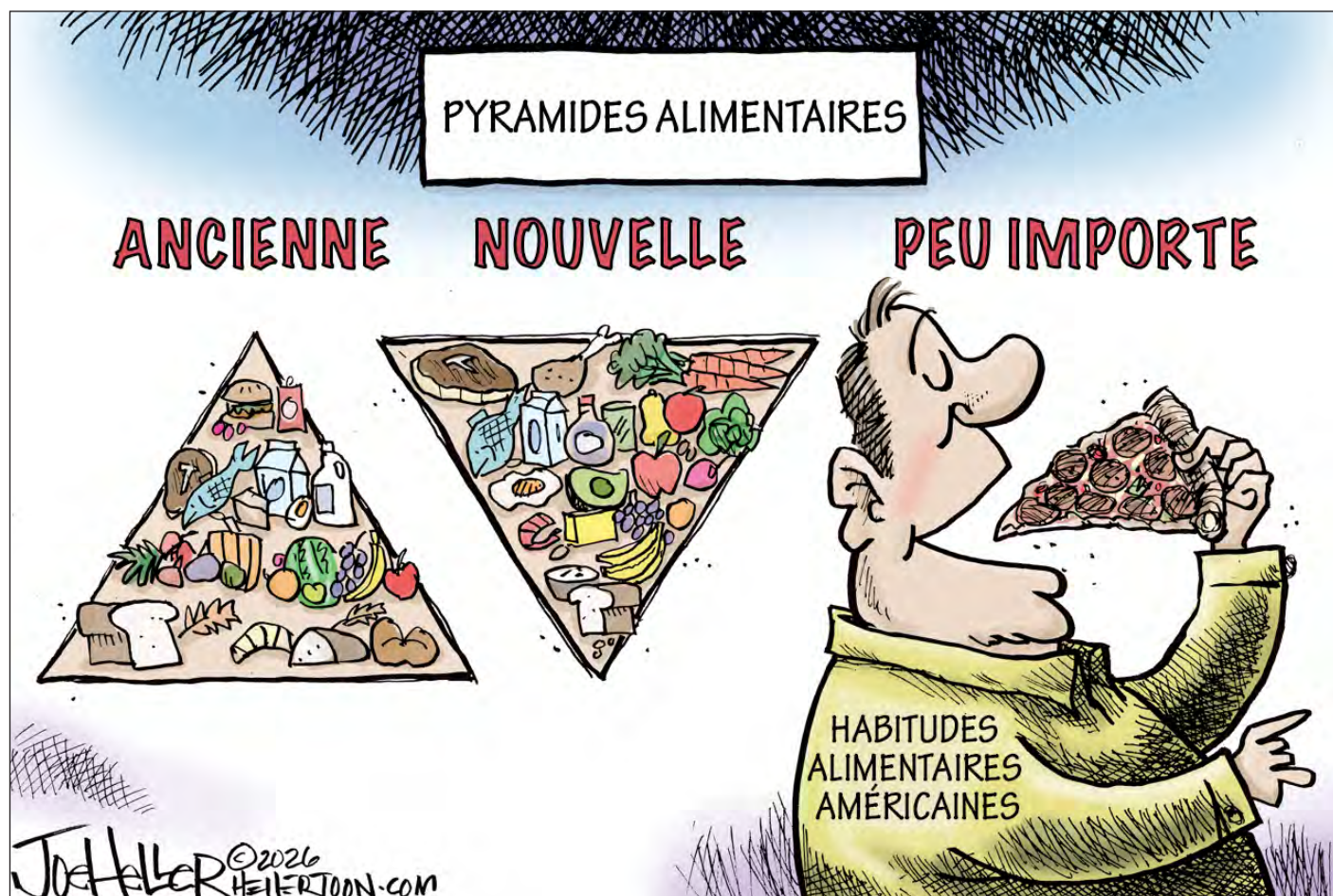
<https://www.youtube.com/watch?v=wCs6hyHz-eg> [3:22] [en anglais]

<https://www.heartandstroke.ca/healthy-living/healthy-eating> [en anglais]

Qu'as-tu appris?



CARICATURE



TA TÂCHE :

Examine la caricature, puis réponds aux questions suivantes sur une feuille de papier séparée :

1. Qu'est-ce que tu *sais déjà* sur ce que les scientifiques disent que les gens devraient manger par opposition avec ce que les gens mangent en réalité?
2. Décris ce que tu *vois* et ce que tu *lis* dans la caricature.
3. Selon toi, que peut vouloir dire le caricaturiste sur les habitudes alimentaires des Américains (et des Canadiens)? Donne des explications.
4. Pour quelles raisons es-tu d'accord avec le caricaturiste? Pour quelles raisons n'es-tu pas d'accord? Explique ta réponse. ★

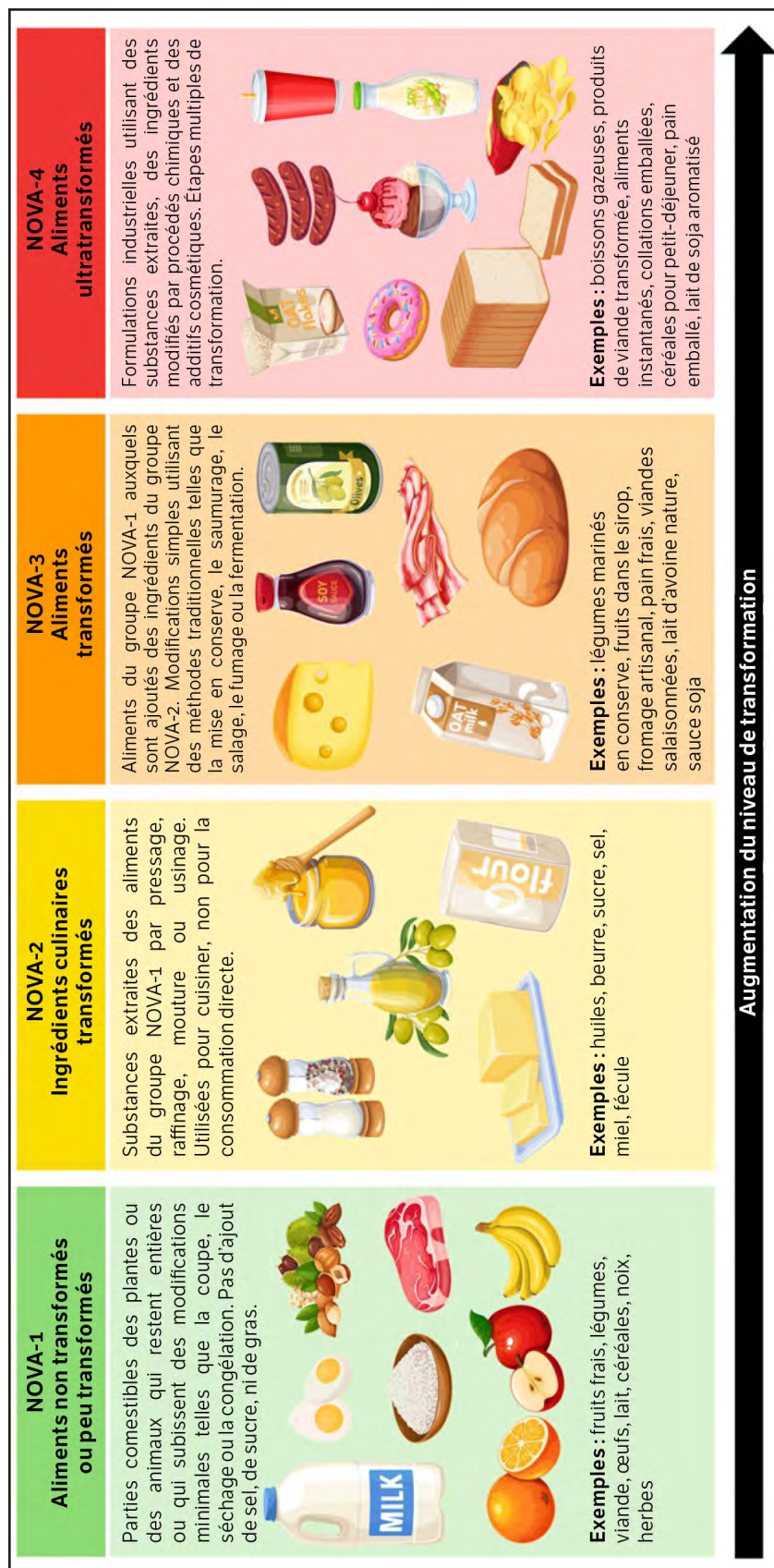


LES RISQUES DES ALIMENTS ULTRATRANSFORMÉS

—POURQUOI ÉVITER LES COLORANTS ET LES AGENTS DE CONSERVATION?

INFOGRAPHIE

Les quatre catégories du système de classification NOVA



Le développement du système NOVA a été motivé par l'observation de changements rapides dans les systèmes alimentaires mondiaux, en particulier la prévalence croissante des produits alimentaires industriels dans l'alimentation à l'échelle mondiale. Cette transformation des modes de production et de consommation alimentaires a incité des chercheurs à mettre au point un système de classification capable de rendre compte de l'ampleur et de l'objectif de la transformation industrielle des aliments, plutôt que de se concentrer uniquement sur leur composition nutritionnelle.

Le système NOVA introduit un système de classification hiérarchique comprenant quatre catégories distinctes, chacune définie par des caractéristiques et des objectifs de transformation spécifiques. À la base, le groupe NOVA-1 englobe les aliments non transformés et peu transformés, qui subissent des modifications élémentaires telles que le nettoyage, l'emballage ou la congélation tout en conservant leurs caractéristiques naturelles fondamentales. Cette catégorie comprend les fruits frais, les légumes, les noix, les viandes, les œufs, les légumes surgelés et les coupes de viande fraîche emballées.

Sur cette base, NOVA-2 représente les ingrédients culinaires transformés, les substances extraites et purifiées à partir d'aliments du groupe NOVA-1 ou obtenues directement de la nature. Il s'agit notamment des huiles de cuisson, du beurre, du sucre et du sel, qui sont des ingrédients généralement utilisés dans la préparation des aliments plutôt que consommés isolément. Le groupe NOVA-3 comprend les aliments transformés créés en combinant des aliments du groupe NOVA-1 avec des ingrédients du groupe NOVA-2 par des méthodes traditionnelles de conservation ou de cuisson. Il s'agit par exemple des pains traditionnels, des fromages et des produits salés ou en conserve.

La quatrième catégorie, NOVA-4, représente les UPF, qui sont des formulations industrielles caractérisées par leur transformation intensive et l'utilisation d'ingrédients industriels et d'additifs cosmétiques. Il s'agit par exemple des boissons gazeuses, des collations emballées et des plats préparés. La distinction des UPF constitue un aspect essentiel du système NOVA, car elle identifie les produits qui ont subi les modifications industrielles les plus importantes et qui contiennent souvent des ingrédients rarement utilisés dans la préparation domestique des aliments.

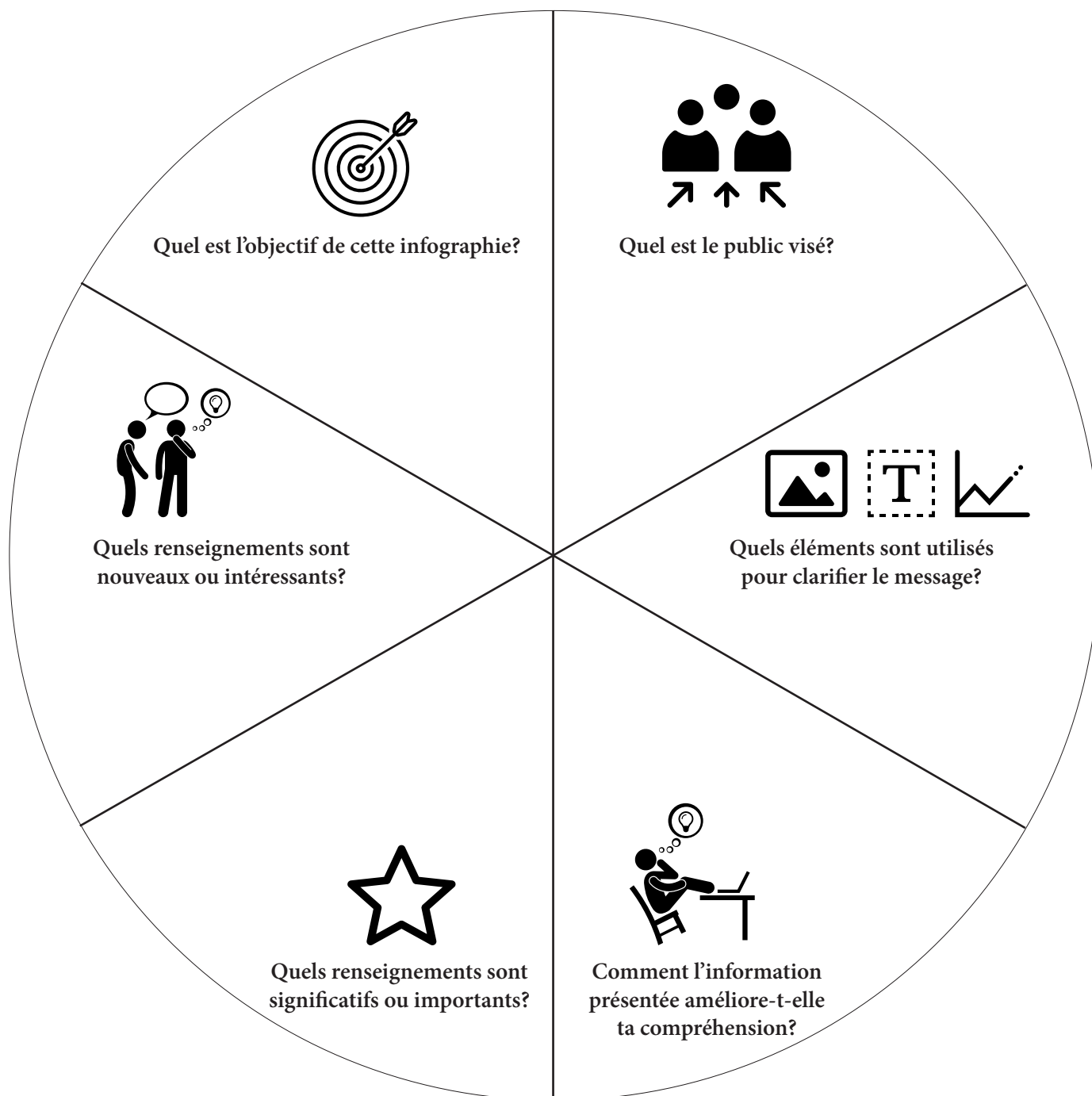
<https://www.cambridge.org/core/journals/proceedings-of-the-nutrition-society/article/are-all-ultraprocessed-foods-bad-a-critical-review-of-the-nova-classification-system/16D07B81A1587340B3EE847F3C662E60>



LES RISQUES DES ALIMENTS ULTRATRANSFORMÉS

—POURQUOI ÉVITER LES COLORANTS ET LES AGENTS DE CONSERVATION?

ANALYSER UNE INFOGRAPHIE



Quelles questions te poses-tu encore à propos du sujet présenté?



—POURQUOI ÉVITER LES COLORANTS ET LES AGENTS DE CONSERVATION?



ÉTABLIR UN OBJECTIF AVANT LA LECTURE

Nous lisons pour plusieurs raisons : pour le plaisir, pour savoir une chose, pour évaluer l'information de manière critique ou pour apprendre à exécuter une tâche. Établir un objectif de lecture – savoir POURQUOI nous lisons – nous aide à nous concentrer sur l'information importante, à mieux comprendre ce que nous lisons et à nous en souvenir. Ceci nous aide aussi à décider COMMENT lire le texte.

Nous ne lisons pas tous les textes pour les mêmes raisons ni de la même façon. Par exemple, nous lisons un manuel d'instruction pour un nouveau lecteur Blu-ray pour une raison différente de celle pour laquelle nous lisons un livre ou un site web. La façon de le lire – les stratégies que nous utilisons – diffèrent aussi. Il y a bien des chances que nous survolions un manuel afin de trouver les renseignements dont nous avons besoin. Une fois que nous avons trouvé ce que nous cherchions, nous lisons probablement les instructions avec attention pour savoir quoi faire. Puis, nous arrêtons de lire, nous déposons le manuel et nous procédons aux différentes étapes. Il se peut que nous devions relire un passage si nous sommes déroutés ou si nous avons oublié quoi faire.

C'est une approche très différente de celle qu'on adopte pour lire un livre. Lorsqu'on lit un livre, nous le lisons habituellement de la première à la dernière page. Nous lisons avec soin pour ne pas manquer de détails parce que nous voulons comprendre toute l'histoire. Nous établissons parfois des rapports ou créons des images dans notre tête lorsque nous lisons afin de nous aider à mieux comprendre ce que nous lisons. Selon la longueur du livre, nous le fermons parfois avant d'avoir terminé de le lire mais nous reprenons notre lecture là où nous nous étions arrêtés.

Les bons lecteurs sont flexibles et réactifs. Ceci signifie qu'ils adaptent leurs stratégies de lecture à leur objectif de lecture. Quels types de textes lis-tu? Pourquoi les lis-tu? Quelles stratégies utilises-tu pour lire chacun de ces textes? Le tableau suivant fournit un résumé des objectifs principaux de lecture et explique ce que chacun d'entre eux implique.

Objectif de lecture	Ce à quoi cela ressemble
Pour le plaisir	Habituellement choisi par l'élève. Permet aux élèves de choisir une variété de genres et de formes. Permet aux élèves de poursuivre ce qui les intéresse tout en développant des compétences de lecture.
Pour vivre une nouvelle expérience	Les élèves établissent des rapports entre leur expérience personnelle et celle de gens qui se trouvent ailleurs dans le monde.
Pour en apprendre davantage sur eux et sur les autres	Les élèves réfléchissent à ce qu'ils ont lu et expriment des opinions et des perspectives. Les élèves développent le sentiment qu'ils ont des valeurs personnelles et donnent un sens au monde qui les entoure
Pour obtenir des renseignements	Les élèves utilisent les éléments des textes d'information pour rassembler des renseignements, analyser et mettre en application ce qu'ils ont appris.
Pour comprendre des enjeux	Les élèves développent un sens de la perspective. Les élèves posent des questions, reconnaissent d'autres points de vue, critiquent les opinions présentées et appuient leurs opinions sur des preuves.
Pour apprécier l'écriture	Les élèves réagissent au texte autrement que par des réponses écrites afin de mettre en application ce qu'ils ont appris dans de nouveaux contextes.
Pour apprécier l'utilisation des médias pour communiquer	Les élèves réagissent à une variété de formats médiatiques (p. ex. : infographies, caricature, vidéos, etc.) et réagissent à la façon dont le format appuie la signification du message.

* Tableau adapté de : A Guide to Effective Literacy Instruction, Grades 4-6, p. 11.

L'actualité, clairement expliquée



Les élèves veulent savoir ce qui se passe dans leur monde – mais l'enseignement de l'actualité peut s'avérer difficile et vorace en temps.

NOUS AVONS LA SOLUTION. (Quatre, en fait!)

Nos Nouvelles

- ✓ Ressource PDF/Word
- ✓ Reportages sur le Canada dans une langue claire et adaptée au niveau des élèves
- ✓ Plans de leçon axés sur la lecture/l'écriture
- ✓ Illustrations originales engageantes
- ✓ Bandes dessinées
- ✓ Travaux sur des cartes



Description du produit : 8 numéros. 36 pages.
Offert en français et en anglais; à partir de la 3^e année (1 niveau de lecture).

Infos-Jeunes.com

- ✓ Ressource interactive **en ligne**
- ✓ Reportages hebdomadaires
- ✓ Interrogations à autocorrection
- ✓ Réaction du lecteur
- ✓ Liens vers des articles, ressources, cartes, photos et vidéos pertinents
- ✓ Activités d'approfondissement



À partir de la 3^e année

Description du produit : 40 numéros.

Un abonnement permet à tous les enseignants et à tous les élèves d'y accéder à partir de n'importe quel appareil. Disponible en français et en anglais.

À partir de la 3^e année (1 niveau de lecture).

Centré sur des nouvelles fort intéressantes adaptées aux jeunes élèves.

Le Monde en Marche

- ✓ Ressource PDF/Word
- ✓ Reportages sur l'actualité nationale et internationale
- ✓ Vocabulaire clé
- ✓ Information complémentaire
- ✓ Tâches variées qui développent les connaissances liées aux domaines d'intérêts et rehaussent la pensée critique
- ✓ Cartes et illustrations



Description du produit : 8 numéros. 60 pages.
Offert en français et en anglais et à deux niveaux de lecture, à partir de la 5^e année.

Infos-Ados.com

- ✓ Ressource interactive **en ligne**
- ✓ Reportages hebdomadaires
- ✓ Interrogations à autocorrection
- ✓ Réaction du lecteur
- ✓ Liens vers des articles, ressources, cartes, photos et vidéos pertinents
- ✓ Activités d'approfondissement



À partir de la 7^e année

Description du produit : 40 numéros.

Un abonnement permet à tous les enseignants et à tous les élèves d'y accéder à partir de n'importe quel appareil. Disponible en français et en anglais.

À partir de la 5^e année (3 niveaux de lecture).

Centré sur l'actualité nationale, internationale, autochtone, ainsi que sur la science/technologie.

1-888-240-2212 www.lesplan.com/fr

Contactez-nous afin de recevoir un exemplaire ou une démonstration gratuit(e).

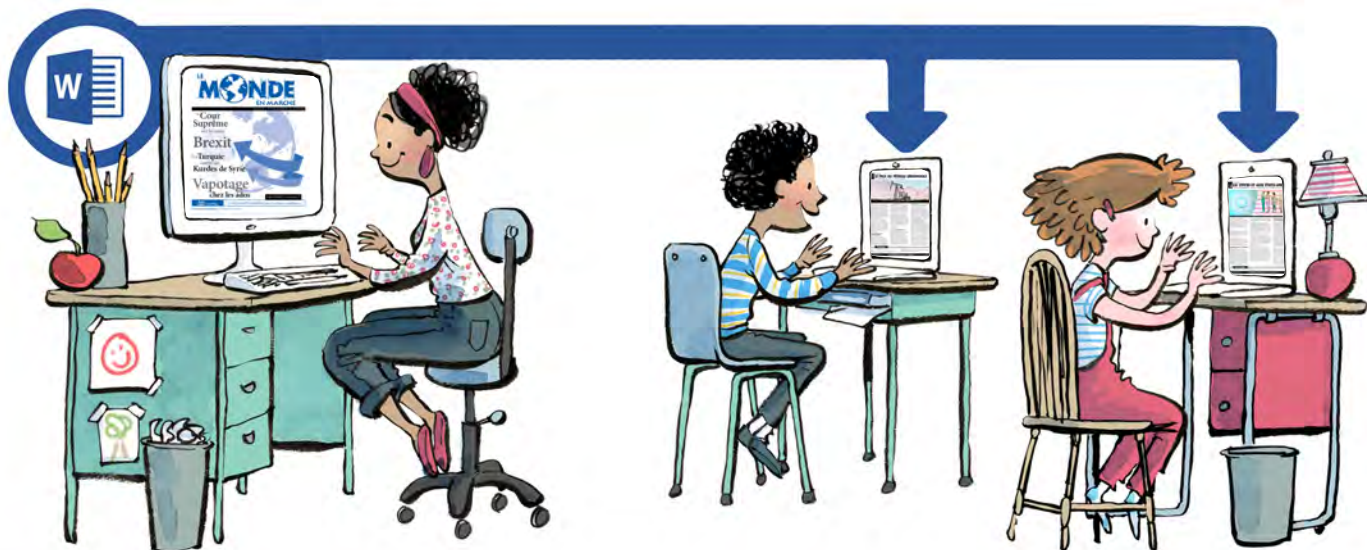
LesPlan Educational Services Ltd.

site : www.lesplan.com/fr

courriel : info@lesplan.com

téléphone sans frais : 888 240-2212

Les élèves peuvent travailler avec Word/Google Docs...



Saviez-vous...

... que chaque numéro du **Monde en Marche** incluait un fichier **PDF** (document complet) et un fichier **Word** (reportages et questions seulement)?

Les élèves peuvent compléter leurs tâches directement dans le fichier **Word**. Les enseignants peuvent envoyer par courriel le fichier aux élèves ou l'afficher sur un site Web. Le fichier **Word** permet aussi aux enseignants :

- de modifier et de formater facilement le contenu, y compris de changer les **polices de caractères** et la **taille du texte**
- de créer un document **PDF** et d'utiliser le mode « lecture audio » d'**Adobe Reader**
- d'économiser du papier et des coûts de photocopies, et d'aider à protéger l'environnement
- de promouvoir et d'encourager les aptitudes en informatique des élèves

Les données du fichier Word

Il y a **trois** façons d'accéder aux données d'un fichier **Word** :

- 1) Sélectionnez les données que vous voulez **Copier** puis **Collez**-les en utilisant n'importe quel programme de traitement de texte. Utilisez la commande **Sélectionner tout** pour copier le document en entier.
- 2) Importez le document **Word** en entier dans **LibreOffice** (ou dans tout autre programme similaire), puis sauvegardez-le en tant que nouveau document.
- 3) Créez un nouveau fichier dans un format différent. Utilisez la commande **Word Enregistrer sous** pour choisir : 1) texte brut, 2) format RTF, 3) page Web (.htm), 4) PDF, etc.

Google Docs et LibreOffice

- Vous pouvez télécharger le fichier Word dans **Google Docs** pour le partager avec des élèves et avec d'autres enseignants.
- Vous pouvez traduire des fichiers **Google Docs** dans une autre langue (voir Outils>traduire document) mais vous devrez adapter le document à vos besoins. **Google Docs** peut traduire dans plus de 100 langues, y compris l'espagnol, le mandarin et l'allemand.
- **LibreOffice** est une alternative gratuite à **Microsoft Office** et offre les mêmes fonctions. Il est facile à installer et à utiliser. Allez à : www.libreoffice.org

LesPlan Educational Services Ltd.

consultez : www.lesplan.com/fr

courriel : info@lesplan.com

appelez sans frais le : 888 240-2212



LES NOUVELLES IMPORTANTES CLAIREMENT EXPLIQUÉES

À L'INTENTION DES ÉLÈVES À PARTIR DE LA 5^E ANNÉE

Aidez vos élèves à comprendre les grandes nouvelles avec **LE MONDE EN MARCHÉ** – la ressource mensuelle sur l'actualité fort réputée de LesPlan.

OFFRE PROMOTIONNELLE POUR NOUVEAUX ABONNEMENTS



Abonnez-vous
pour l'année
scolaire
2026 - 2027
et recevez
GRATUITEMENT
les numéros de
mars, avril
et mai!
(un rabais de 86,25 \$)

Grâce aux reportages engageants et adaptés au niveau des élèves, à l'information contextuelle et aux illustrations originales, les nouvelles deviennent intéressantes et faciles à comprendre. Les questions et les activités qui les accompagnent fournissent de multiples façons d'examiner les enjeux, de rehausser les compétences de littératie et d'affiner la pensée critique.

Si je le pouvais, je n'enseignerais qu'avec votre matériel. Vos unités me permettent souvent de faire travailler les jeunes pendant un mois!

A. Sirieix, La Ronge, Sask.

J'aime beaucoup les unités Le Monde en Marche. Elles sont très bien conçues et utilisent un niveau de langue accessible pour nos élèves d'immersion.

La qualité du français est impeccable.

J. Lafrance-Coon, Sherwood Park, Alb.

Cette unité mensuelle d'étude de l'actualité permet à mes élèves de se familiariser avec des questions d'importance locale, nationale et mondiale. Les activités qui accompagnent la lecture sont très bien conçues et pertinentes.

Mes élèves les aiment beaucoup.

J. Gour, Rockland, Ont.

LE MONDE EN MARCHÉ
NIVEAU 1 (À PARTIR DE LA 5^E ANNÉE)

L'industrie
du Canada
Artemis II
vers
la Lune
Des
manifestations
contre l'ICE
Les
aliments
ultratransformés

2025/2026 : NUMÉRO 6

LesPlan Unité mensuelle d'actualités pour les classes canadiennes

Fiche d'acheminement : (veuillez faire circuler)

ÉCHANTILLONS DE PAGES ET FORMULAIRE DE COMMANDE AU VERSO

■ OUI, abonnez-moi pour l'année scolaire 2026 - 2027 et envoyez-moi
GRATUITEMENT les numéros de
mars, avril et mai*
 Code promo : **3Gratuits**

* Cette offre s'applique uniquement aux nouveaux abonnements.

Publication	Français	English	Niveau	Coût	Montant
			11 numéros (mars - mai)		
Nos Nouvelles*	☐	☐	À partir de la 3 ^e année	230 \$	
Le Monde en Marche* Niv. 1	☐	☐	À partir de la 5 ^e année	230 \$	
Le Monde en Marche* Niv. 2	☐	☐	À partir de la 8 ^e année	230 \$	
			Interactif en ligne (mars - juin 60 numéros)		
Infos-Jeunes*	☐	☐	À partir de la 3 ^e année	230 \$	
Infos-Ados** Niveau 1, 2 & 3	☐	☐	À partir de la 7 ^e année	440 \$	
Sous-total					
ON : ajouter la TVH de 13 % N.-É. : ajouter la TVH de 14 % Î.-P.-É., N.-B., et T.-N.-L. : ajouter la TVH de 15 %					
Autres prov./terr. : ajouter la TPS de 5 %					
Total					



* Recevez 11 numéros pour le prix de 8. Économisez 86 \$ sur le prix normal de 316 \$.

** Recevez 11 mois pour le prix de 8. Économisez 132 \$ sur le prix normal de 572 \$.

EXPÉDIER À (veuillez écrire clairement en caractères d'imprimerie)

Nom

École

Adresse

Ville

Province/Territoire

Code postal

Courriel (adresse électronique exigée pour la communication des mots de passe)

OPTIONS DE FACTURATION

☐ Facturer l'école ☐ Bon de commande n° _____

Veuillez prélever les frais sur : ☐ MasterCard ☐ VISA

N° de la carte

Date d'expiration (MM/AA)

Nom sur la carte

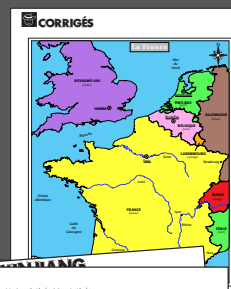
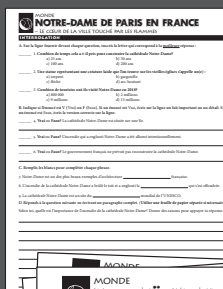
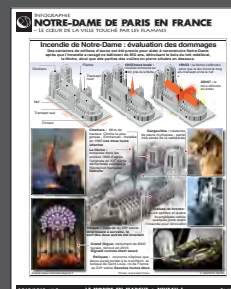
Code CVV



LesPlan

LE MONDE EN MARCHÉ

Échantillons de pages



POUR PASSER UNE COMMANDE

En ligne : www.lesplan.com/fr

Téléc. (sans frais) : 1 888 240-2246

Tél. (sans frais) : 1 888 240-2212

Courrier :

LesPlan Educational Services Ltd.

#1 - 4144 Wilkinson Road

Victoria, C.-B. V8Z 5A7

Visitez www.lesplan.com/fr pour télécharger des
ÉCHANTILLONS GRATUITS de toutes nos publications!